



Émincé de poulet à la crème fouettée au gingembre

Durée de préparation : env. 30 min.

Ingrédients pour 4 personnes :

600 g	de blanc de poulet coupé en cubes
	sel
	poivre
	beurre ou crème à rôtir
1	oignon rouge coupé en lamelles
1 Cc	de féculé de maïs
2	oranges, jus
½ Cc	de sucre
3-4	oranges, parées et coupées en tranches fines
2 dl	de crème à fouetter
1 Cc	de gingembre râpé

Préparation :

1^{ère} étape

Assaisonner le poulet portion par portion, dorer dans du beurre à rôtir, puis réserver.

2^{ème} étape

Glacer l'oignon dans du beurre à rôtir. Mélanger le jus de l'orange avec la féculé de maïs, ajouter le mélange à l'oignon, amener à ébullition. Ajouter la viande et laisser revenir pendant 5 à 7 min., rectifier l'assaisonnement. Ajouter les filets d'orange et réchauffer.



Préparation :

3^{ème} étape

Monter la crème à fouetter avec le gingembre.

4^{ème} étape

Dresser le poulet dans des coupes préchauffées. Servir avec la crème fouettée.

Conseil

Servir de préférence avec du riz.